

One Pot Grünkohl - schmeckt Dir und dem Klima

Zutaten für 4 Portionen:

700g Grünkohl
700g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
350g Zwiebeln
300g Räuchertofu
250ml Wasser
3 EL Gemüsebrühepulver
70g Pflanzenfett
100ml Senf, mittelscharf
Salz und Pfeffer

Zubereitungs- und Garzeit: Ca. 90 Min.

1. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Den Grünkohl waschen, putzen und klein hacken.
2. Die Zwiebeln in 50g Pflanzenfett glasig anschwitzen. Den Grünkohl hinzugeben und ebenfalls leicht dünsten. Mit 400 ml Wasser auffüllen, das Gemüsebrühepulver dazugeben und bei mittlerer Hitze köcheln lassen.
3. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in kaltem Wasser ruhen lassen. Den Räuchertofu in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit dem restlichen Fett kross anbraten.
4. Nach 45 min. Kochzeit des Grünkohls die Kartoffelwürfel hinzugeben und weitere 20 min. köcheln lassen.
5. Nun den Räuchertofu hinzufügen und weitere 15 min. kochen.
6. Mit Salz, Pfeffer und reichlich Senf abschmecken.
Tipp: Aufgewärmt schmeckt es noch mal so gut.